**Çocukları İnternetin ve Medyanın Zararlı Etkilerinden Nasıl Koruruz?**

İnternet, günümüzde vazgeçilmez bir mecra haline gelmiştir. Hem yetişkinler için, hem de çocuklar ve gençler için bilgiye ulaşmanın en hızlı yoludur. Kuşaklar arası farklardan dolayı günümüz çocuklarının, yazılı basın ve yazılı eğitim materyallerininyerine görsel ve görsel-işitsel kaynakları daha fazla tercih ettiklerini görmekteyiz

İnternet, çocuklar arasında eğitimde kullanıldığı kadar sosyal paylaşım sitelerinde vakit geçirme, eğlence, sohbet etme, video izleme, müzik dinleme, oyun oynama amaçlı da kullanılarak popülerliğini hiç kaybetmemektedir.

İnternetle birlikte çocuklar medya mesajlarına, yazılı ve görsel basına göre daha çabuk ulaşmaktadır. Çocuklar internette karşılaştıkları haber sitelerini ve gazeteleri anlamak, eleştirmek, fikir üretebilmek için iyi birer medya okuryazarıolmak zorundadır. İnternet okur-yazarı olmayan çocuklar;pedofililer, şiddet içeren paylaşımlar, bilinçsiz bir şekilde aile bireylerinin kişisel verilerini yabancı kişilerle paylaşmaları, siber zorbalık, siber gözetleme, gizliliğin ihlal edilmesi nedeniyle istismar ve tacizlerle karşı karşıya kalabilmektedir.

 İnternette gezinirken aniden ortaya çıkan cinsellik, şiddet, nefret söylemi içeren reklamlar ya da yayınlar çocuklar için kötü örneklerdir. Bu durumlarla karşı karşıya kalan bazı çocuklar çoğu zaman ebeveynini bilgilendirmemektedir.Çocuklarla ilgili en çok karşılaşılan problem; çocukların ebeveynlerinden çekinmeleri ya da korkmaları sebebiyle yaşadıkları olumsuzlukları paylaşmaktan kaçınmalarıdır. Bu sebeple ailelerin çocuklarıyla olan ilişkileri çok önemlidir. **Aileler çocuklarıyla daha fazla vakit geçirmeli, sorgulayıcı, yargılayıcı tavırlardan uzak durmalı, sadece konuşma tarzıyla değil, aynı zamanda vücut diliyle de çocuklarına güven verebilmeli ve onların her daim yanında olduğunu hissettirmelidir.**

Günümüzde çocuklar ve gençler için internet bağlantısının bulunup bulunmaması neredeyse Maslow’un ihtiyaçlar piramidindeki ilk aşamaya denk gelmektedir. Çocuklar, uyku saatleri dışında her an internette zaman geçirmektedir. **Bu nedenle medya okuryazarlığı hem ihtiyaç hem de zorunluluktur**. Ayrıca medyanın olumsuz etkileri, medyada çocukların çoğunlukla mağdur olarak yansıtılması, tamamıyla yetişkin ürünü olan medyaya, çocuk bakış açısının yerleşebilmesi için öncelikle yetişkinlerin medya okuryazarlığının ne kadar önemli olduğunun bilincinde olmasıgerekmektedir.**Çocukları zarar veren yayınlardan korumak, yasaklamalardan ziyade interneti bilinçli kullanmayı öğretmek üzerine olmalıdır.**

Çocuklar evlerden ve akıllı telefonlardan internete erişim sağlamaktadır. Oyunlar, çocukların internette en fazla zaman harcadıkları ortamlardır. Oyunların çocuklar için boş vakitleri değerlendirmek, yeni arkadaşlar kurmak, akranlarıyla paylaşımlarda bulunmak, bir gruba dahil olma ihtiyacını gidermek gibi faydaları olduğu kadar özellikle savaş, saldırganlık ve şiddet içeren oyunların çocuklarda çatışma ve şiddeti ortaya çıkarması gibi olumsuz yönleri de vardır.  Oyunlarda çok sayıda oyuncu ile savaşarak level atlandığı bilinmektedir. Oyun çatışma üzerine kuruludur. Bu tarz oyunlarda bir veya daha fazla karakter diğerlerine fiziksel zarar vermeye çalışmakta, başkasına verilen fiziksel zarar ödüllendirilmekte ve zarar, eğlenceli ve komik olarak yansıtılmaktadır. Oyuncular savaşarak kendilerini geliştirmektedir. Bu durum çocukların, gerçek hayatta da çatışmacı ve şiddet yanlısı olurlarsa başarılı olabilecekleri gibi bir yanılgıya düşmelerine sebep olabilir.

Oyun çocuk için üzüntülerini, kaygılarını, sevinçlerini aktarma aracıdır; hayaldünyasıyla gerçek dünya arasındaki bağlantıları daha anlamlı hale getiren oyunlarda çocukbilinmezlerle dolu çevresini; yaşamı ve kendisini oyun süzgecinden geçirerek daha iyitanıyabilmektedir. Çocukların sürekli oyun oynaması, yalnızca şiddet gibiolumsuz bir kavrama bağlanmamalıdır. Aslında bir gruba dahil olmak, oyunda kendine bir kimlikyaratmak yetişkinlerin dünyasından bakıldığında anlaması zor olan bir durumdur. Şiddet içeren oyunlar her zaman çatışmacı davranışlara yol açar mı? Bu soruya, doğrudan evetcevabını vermek doğru olmayabilir. Çünkü oyuncunun günlük yaşamı, iş yaşamı gibi durumlardevre dışı kalmaktadır. Çocuklar için de aynı durum söz konusudur.Çocuğun evdeki yaşantısı, okuldaki başarısı veya başarısızlığı, arkadaşlarıyla ilişkilerinden bağımsızbir şekilde, şiddet içeren oyunlar oynadığı için çatışmacı davranışlar sergiliyor denmesi yanlışolmaktadır.

İnternet her ne kadar sanal bir mecra olarak görülse de aslında gerçek yaşamda olduğu gibi hem fırsatları hem de riskleri barındırmaktadır. Çocuklar internette kendilerini bekleyen risklere karşı bilinçsiz ve korumasızdır

Günümüzde pek çok çocuğun taşınabilir bilgisayarları vardır. Bu bilgisayarın aile bireylerinin bulunduğu yere konularak çocuğun internette girdiği sayfaların denetlenmesi gittikçe zorlaşmaktadır. Akıllı telefonlar da denetlemeye sekte vurmaktadır. Çocuklar bilgisayar ve interneti kullanmayı kendi kendine öğrenmekte ve ebeveynlerinden internetle ilgili olarak daha donanımlı olabilmektedir. **Ebeveynler eğer çocuklarını koruma amaçlı denetlemek istiyorlarsa çocuklarından daha bilgili olmalıdırlar.**

Sosyal medya çocukların günlük yaşantılarının bir parçası haline gelmiştir. Çocuklar medyada içerik, iletişim ve davranış riskleri ile karşı karşıyadır. Facebook, instagram, twitter gibi sosyal paylaşım sitelerinde arkadaş sayılarını arttırabilmek için tanımadıkları kişileri arkadaş listelerine ekleyebilmektedirler. Bazı ebeveynler çocuklarının internetkullanımına herhangi bir kısıtlama getirmemektedir. **Çocukların aşırı kullanım sonucu internet bağımlısı olmamaları için bilgisayar ve internet kullanım saatlerinin ailelerin takibinde olmasında fayda vardır.**

Kaygı, korku ve şiddet içeren çocuk filmleri, televizyon programları ve elektronik medyada sunu­lan oyunların barındırdığı çeşitli potansiyel olum­suzlukların etkilerinden çocukların ve gençlerin korunması gerekmektedir. Bu bağlamda med­yanın, eğitimcilerin ve özellikle ebeveynlerin so­rumluluğu paylaşması ve sorunun çözümüne kat­kı sağlamaları gerekmektedir.

**Yazılı ve görsel medya, yayınlarında sadece olayın haber değerini değil, daha çok toplumsal sağlığı önemseyerek katkı sağlayabilir.**

Sorumluluğun paylaşılması amacıyla eğitimcilerin sağlayabileceği katkılar da büyük önem arz etmek­tedir. **Medya eğitimine ilişkin gerekli müfredat geliş­tirebilir ve okullarda yaygınlaşması sağlanabilir.**

Şüphesiz ebeveynlerin de üstlenmesi gereken sorumluluklar bulunmaktadır.

* Çocuklarının hangi televizyon programları ve filmleri izledikleri, hangi oyunları oynadıkları konusunda bilgi sahibi olmadırlar.
* Çocuklarının izleyecekleri programlar, filmler, oynayacakları oyunlar için ortak belirlenen süre, evin ortak bir alanında kullanım gibi anlaşılabilir kurallar koymaları ve takip etmeleri gerekmektedir.
* Ebeveynler, mümkün oldukça ço­cuklarına eşlik etmeli, kendi aralarında gerçekleştirecekleri tartışma ortamlarıyla izlenen program ve filmlerinçocuklar tarafından eleşti­rilmesi ve yorumlanmasına imkan tanımalıdır. Çocuğun izleyeceği filmi, oynayacağı oyunu mümkünse izlemiş, oynamış ya da en ince ayrıntısına kadar araştırmış olmak önemlidir.
* Güvenlik programları kullanmalı, güvenli internet sistemini benimsemeli ve çocuklarınızın internet aktivitelerini elinizden geldiğince takip etmek önemlidir.
* Ebeveynler çocuklara bu kontrolleri neden yaptıklarını olumlu bir dil kullanarak açıklamalı ve teknolojik cihaz ya da internet kullanmadığı zamanlarda yapabilecekleri faaliyetleri belirtmelidirler. Çocuk sınırların sebebini bilir, anlar ve içselleştirebilirse bu konu aile içinde bir çatışmaya neden olmaz. Çocuğun sağlıklı gelişimi için kontrollü erişimi sağlarken kendisini engellenmiş ve cezalandırılmış hissettirmemek önemli bir husustur.
* Akıllı telefon ve tablet kullanımı ne yazıkki çok küçük yaşlara kadar düşmüştür. Ebeveynler, “Çocukları telefon ve tablet kullanırken uslu duruyor” diye düşünmemeli, çocuklarının nelerle ilgilendiğinden haberdar olmalıdır. Mümkünse tablet, televizyon, telefon kullanımına 2 yaşından önce maruz bırakmamaya dikkat edilmelidir. Çocukların bilişsel gelişimi ve dil gelişimi için teknolojik cihazlar ile geçirecekleri zaman yerine mümkünse sosyal etkileşim halinde olunan aktiviteler tercih edilmelidir.
* 5-12 yaş arasındaki çocukların ikna edilmeye daha yatkın olduklarını göz önünde bulundurarak, bu yaşlardaki çocukların Facebook, Twitter, Instagram gibi sosyal medya platformlarında bir üyeliği olmaması sağlıklı olur. Bu yaşlar aralığındaaile paketi üyelikleri kullanılabilir.
* Çocuklar internette ya da TV de korkmalarına sebep olacak bir durumla karşılaştığındaöncelikle ebeveynler olarak korku duygusundan korkulmamalıdır.“Korkacak ne var?”, “Kaç yaşına geldin hala korkuyorsun”, “Erkek adam korkar mı?”, “Senin bu korkaklığınla ne yapacağız?” gibi bir dil kullanılmamalıdır. Bu cümleler çocukların korkusunu geçirmediği gibi çocuklarım kendini değersiz ve yetersiz hissetmesine, özgüven eksikliğine neden olacaktır. Çocukların korkularını dinlemek, neler hissettiğini, yaşadığını fark etmek, ne zamandır bu korkunun yaşamında var olduğunu bulmak, korkunun ne zaman ve hangi durumlarda artıp azaldığını gözlemlemek, korkuyu tetikleyen nedenleri saptamak ve onu anlamaya çalışmak önemlidir. Korku hisseden çocukların güvende olduklarını bilmeye ihtiyaçları vardır. Ebeveynler olaraksöz ve davranışlarla bunu sağlamak gereklidir. Örneğin hırsız korkusu olan çocuğa evdeki güvenlik önlemleri tek tek gösterilebilir. Çocukların korkuları küçümsenmemelidir. Eğer korkular, çocuğun günlük işlevselliğini olumsuz yönde etkiliyorsa (örneğin; uyku-yeme alışkanlıklarında değişiklikler, okul hayatında değişimler gibi.)bir uzman desteği alınmak gerekir.

Yazar: Havva BAYAR

Uzman Psikolojik Danışman

Kaynak: <https://www.aktuelpdr.net/cocuklari-internetin-ve-medyanin-zararli-etkilerinden-nasil-koruruz.html>